

É o meu primeiro dia de tratamento.

O que devo fazer?

Com o objetivo de esclarecer possíveis dúvidas, a equipe da Quimioterapia Unimed Regional Jaú se reuniu e listou algumas informações para ajudá-lo (a) nesse início de processo.

Preciso ir com acompanhante no primeiro dia?

Sim, o ideal é que venha acompanhado no primeiro para que possamos passar as informações necessárias sobre o tratamento. Uma companhia amorosa é essencial para estes momentos difíceis, e pode auxiliar com as refeições, idas ao banheiro e demais demandas que você possa precisar. Se você tiver mais de 70 anos, é **obrigatório** a presença de um acompanhante durante todo o tratamento.

Preciso ir em jejum?

Não. É necessário que você se alimente antes de vir, conforme esteja habituado (a), pois alguns tratamentos podem levar algumas horas. Se quiser, pode trazer um lanche como frutas e sanduíches leves. Dê preferência a alimentos frios, pois não dispomos de equipamentos para aquecimento de alimentos.

Tomo medicações de uso contínuo, o que devo fazer?

Todas as medicações de uso diário devem ser trazidas para uso no horário habitual assim como você usa na sua casa.

Quais documentos preciso levar?

RG ou CNH, além do cartão do seu plano de saúde.

QUIMIOTERAPIA

Unimed 
Regional Jaú

Não sou de Jaú, preciso pernoitar na cidade no dia do tratamento?

Não há nenhuma recomendação para que o paciente permaneça na cidade após o tratamento, mas é recomendado que o paciente não venha dirigindo sozinho, pois algumas medicações podem deixá-lo (a) sonolento (a).

Como devo ir vestido?

No dia do tratamento, recomendamos vir com roupas e sapatos confortáveis. Traga uma blusa de frio, pois a sala de aplicação é sempre fria (climatizada). É importante estar confortável, porém, não deixe de lado sua autoestima na hora da quimioterapia.

Recomendações para o dia que antecede a quimioterapia:

- Recomenda-se tomar de 2 a 3 litros de água por dia, sendo muito importante manter o corpo hidratado durante o tratamento e também após.
- Crie uma lista de músicas e leve seu celular com **fones de ouvido**. Ouça suas músicas preferidas para que o tempo passe com mais conforto.
- Evite a ingestão de comidas muito gordurosas e com muito condimento no dia anterior.
- É imprescindível manter a calma e não economizar na paciência nestes momentos. Fazer alguns tratamentos, não é agradável, mas podemos torná-los mais leve para nosso corpo.

Dicas que podem te ajudar

- Esteja perto de pessoas importantes e que te fortaleçam.
- Se conecte com você em atividades que faça seu coração vibrar (espiritualidade, música, dança, arte, artesanato, pintura, religião) e atividades físicas caso seja liberado por seu médico
- Tire todas as suas dúvidas com a equipe e o médico e lembre-se, não existe dúvida boba; (evite buscar informações na internet).
- Peça ajuda sempre que necessário, pois é fundamental dividir as tarefas nesse período, aceitar o cuidado e o carinho das pessoas a seu entorno.

Tarefa do dia

É comum esquecermos os simples prazeres da vida. Tome um banho quentinho e gostoso, coma algo especial, se olhe no espelho e se arrume, cuide do seu corpo por fora e se nutra por dentro.

Quimioterapia Unimed Regional Jaú

Endereço: Av. Antonio Prado Lyra, 564, Jardim Alvorada, Jaú-SP

Email: quimioterapia@unimedjau.com.br

Telefone: (14) 2104-8930

WhatsApp: 0800 010 5333